

## ข้อคิดชีวิตทวนกระแส\*

ขออนุโมทนา ท่านผู้สนใจและท่านที่ดำเนินชีวิตแบบทวนกระแส ซึ่งถือว่าเป็นผู้มีความตั้งใจดีในการจะดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง ไม่เฉพาะแต่การดำเนินชีวิตของตนให้ถูกต้องเท่านั้น แต่ยังหมายถึงจะพยายามนำทางสังคมไปในทางที่ถูกต้อง หรือว่าจะทำกิจกรรมอะไรต่างๆ เพื่อเป็นแบบอย่างแก่สังคม โดยมองว่าความเป็นไปในชีวิตและในสังคมปัจจุบันเท่าที่เรามองเห็นนี้ยังมีสิ่งที่ไม่ถูกต้อง

การที่เราใช้คำว่า “ทวนกระแส” บอกอยู่ในตัวแล้วว่า สภาพปัจจุบันนี้มีอะไรที่ไม่สมควรคล้อยไปตามหรือยอมเป็นตาม เราจึงจำเป็นต้องมีการทวนกระแสขึ้น ในขณะที่เดียวกันการที่จะมาทวนกระแส ก็บอกอยู่ในตัวว่ามีความยาก เพราะกระแสที่เป็นไปคือ

---

\* เรียบเรียงจากบทนำเสวนาเรื่อง “ชีวิตทวนกระแสในมุมมองชนชั้นกลาง” ซึ่งได้จัดขึ้น ณ อาคารมวกส์สินี ๑๔ ธันวาคม ๒๕๓๔ (ได้ปรับปรุงใหม่ สำหรับการพิมพ์ครั้งล่าสุด พ.ศ. ๒๕๓๖ นี้)

กระแสของคนส่วนใหญ่ในสังคม เมื่อเราจะมาทวนกระแส การกระทำของเราซึ่งเป็นบุคคลหรือกลุ่มเล็กๆ เมื่อไปทวนเข้ากับกระแสความเป็นไปของคนส่วนใหญ่ก็ย่อมเป็นเรื่องยาก

กระแสนี้มีหลายอย่าง อาจจะเป็นกระแสค่านิยม กระแสวัฒนธรรม หรือกระแสความเจริญ ซึ่งบางอย่างเป็นเรื่องทางจิตใจ เป็นนามธรรมมาก บางอย่างก็ออกมาเป็นรูปของวัตถุด้วย

กระแสค่านิยมเป็นตัวนามธรรมที่กำกับพฤติกรรมของคนหรือของสังคม ซึ่งถือว่ามีอิทธิพลอย่างมากในชีวิตของมนุษย์ ชีวิตของคนทุกยุคทุกสมัยมักจะเป็นไปตามค่านิยม และสังคมก็จะถูกกำหนดด้วยค่านิยมนั้น แต่ถ้าพูดอีกอย่างหนึ่งว่ากระแสความเจริญ ก็จะทำให้มองกระแสนั้นในลักษณะที่เป็นรูปธรรมมากขึ้น เป็นเรื่องของวัตถุ เป็นเรื่องของสภาพที่มองเห็น ที่พูดนี้หมายความว่ากระแสนี้มีหลายระดับ ตั้งแต่ระดับกระแสค่านิยมที่เป็นนามธรรมจนถึงกระแสความเจริญในลักษณะที่เป็นวัตถุอย่างปัจจุบันนี้

เรามองว่าสังคมปัจจุบันนี้เน้นเรื่องเศรษฐกิจและเทคโนโลยี ซึ่งเป็นกระแสของความเจริญที่มีปัญหา ซึ่งไม่ควรจะปล่อยตัวเรื่อยเปื่อยไปตาม แต่ก็เหมือนกับที่ได้บอกไว้ข้างต้นแล้วว่า การใช้ชีวิตทวนกระแสนั้นเป็นเรื่องที่ยาก เพราะเป็นเรื่องของการที่เราซึ่งเป็นบุคคล หรือเป็นคนจำนวนน้อยมาทวน คือไม่ไปตามกระแสของหมู่ใหญ่ที่กำลังเป็นไป แต่ก็เป็นเรื่องที่จำเป็นต้องทำ เพราะเรา

เห็นว่ากระแสนี้เป็นไปนี้ไม่ถูกต้อง เราจะให้ไปเป็นถูกต้อง เราจึง  
ทวนกระแส

## ทวนกระแส ไม่ใช่ต้านกระแส

อาตมาเห็นว่า เรื่องการทวนกระแสนี้มีแง่พูดแง่พิจารณา  
หลายอย่าง อย่างหนึ่งต้องเข้าใจว่า ทวนกระแสนี้กับต้านกระแสไม่  
เหมือนกัน ถ้าหากเราไม่ทำความเข้าใจในเรื่องนี้ เราอาจจะเอาจำ  
ว่าทวนกระแสไปเป็นต้านกระแส

คำว่าต้านกระแส มีความหมายเน้นไปที่ผู้อื่น เน้นไปที่ตัว  
กระแสที่กำลังเป็นอยู่ เรายอมออกไปอย่างไม่พอใจต่อมัน และจะ  
ไปต้านโดยที่ที่เราไม่มีจุดหมายของตนเองหรืออาจจะมีแต่ไม่เน้น  
ออกมาให้ชัด คือมุ่งแต่ไปต้านหรือไปปะทะกับเขา แต่การทวน  
กระแส มีความหมายว่า เรามีแนวทาง เรามีจุดหมายของตัวเรา  
เอง และเราไปตามแนวทางของเรานั้น แต่ว่าการพุ่งมุ่งไปในแนว  
ทางของเรานั้น มันไม่เป็นไปตามกระแสของสังคม หรือคนส่วน  
ใหญ่ที่เขาเป็นไป มันก็เลยกลายเป็นทวน เหมือนกระแสน้ำในแม่น้ำ  
น้ำที่ไหลไปในทิศทางหนึ่ง สมมติว่าไปทางใต้ เรามีแนวทาง เรามี  
จุดหมายของเรา เราอาจจะเป็นปลาหรือเป็นคนก็ได้ แต่  
ต้องการว่ายน้ำไปทางเหนือ จุดหมายของเราอยู่ที่นั่น เราก็ว่ายน้ำไป

ตามทางของเรา แต่เพราะกระแสน้ำไหลไปทางใต้ เราก็เลยกลายเป็นทวนกระแสนั้น และจึงกลายเป็นความยาก

ในการทวนนั้นบางทีอาจจะมีการต้านอยู่บ้าง แต่ต้านในแง่เพียงว่าเป็นความจำเป็นที่อาจจะต้องทำในการที่จะนำตัวเราไปในแนวทางของเรา อันนี้เป็นเรื่องของทวนกระแส ซึ่งเรามีจุดมุ่งหมายเป็นของเราเองที่ชัดเจน แต่ถ้าต้านกระแสก็ไม่มีจุดมุ่งหมายของตัวเอง อาจจะเป็นเพียงการเอาตัวมายืนที่อยู่อันหนึ่งๆ กลางกระแสน้ำ หรือพยายามว่ายเพียงเพื่อไม่ให้ไปตามกระแสนั้น หรืออาจจะต้านไม่ให้กระแสนั้นเป็นไปได้ คือเพียงแต่จะไม่ให้เขาไป โดยไม่ได้มุ่งว่าตัวเองจะไปไหน ได้แต่ต้านให้เขาหยุด โดยอาจเอาไม้มาถ่วงกระแส ซึ่งถ่วงไปได้มันก็ไปต่อ และบางทีตัวเราเองก็ยับเยินด้วย

รวมความว่าเราต้องทำความเข้าใจว่า เราทวนกระแส โดยที่เรามีจุดมุ่งหมายของเราเอง ไม่ใช่มุ่งเพื่อไปต้านเขา ไม่ใช่มุ่งจะไปเป็นคู่ต่อสู้กับเขาซึ่งก็จะกลายเป็นอีกเรื่องหนึ่ง วิธีปฏิบัติก็จะต่างกัน เมื่อพูดมาอย่างนี้แล้ว ผู้ที่จะดำเนินชีวิตทวนกระแสจะต้องมีความชัดเจนอย่างหนึ่งที่หนึ่งก็คือว่า จะต้องมีความชัดเจนในจุดมุ่งหมายและแนวทางของตนเอง ต้องเข้าใจให้ชัดเจนว่าแนวทางของตนเองเป็นอย่างไร จุดหมายของตนเองคืออะไร เมื่อมองเห็นชัดเจนว่าเป็นสิ่งที่ดีแน่นอนแล้วก็มุ่งไป จึงจะมีความเป็นไปได้ที่จะทำให้สำเร็จแล้วก็ไม่เกิดปัญหาขึ้น

ความชัดเจนอย่างที่สองก็คือ เราจะต้องรู้ด้วยว่ากระแสส่วนใหญ่ที่เป็นอยู่ที่เราทวนนั้น มีจุดอ่อน มีข้อเสีย หรือไม่ดีอย่างไร เราจึงต้องทวนกระแส ไม่ใช่มุ่งแต่ไปด้าน ต้องเข้าใจตามความเป็นจริง รู้ในคุณและโทษของมัน ส่วนดีก็อาจจะมีอยู่บ้าง เราก็ต้องเข้าใจ และส่วนเสียเป็นอย่างไร บางที่ส่วนเสียมีไม่มาก แต่เป็นจุดสำคัญมีผลเสียหายยิ่งใหญ่ที่เราจะต้องทวน เราจะต้องจับจุดนั้นให้ได้ว่าเราทวนกระแสเพราะเหตุผลอันใด การทวนกระแสนั้น ไม่ใช่เฉพาะเข้าใจรู้ถึงคุณและโทษของตัวเองกระแส แม้แต่คนที่อยู่ในกระแสนั้นเราก็ต้องเข้าใจเขาด้วย เข้าใจเหตุปัจจัยที่ทำให้เขาเป็นอย่างนั้น ซึ่งจะทำให้เราเห็นใจเขาโดยมีเมตตากรุณาต่อเขา แล้วก็มุ่งหมายว่า ถ้ามีโอกาสก็ต้องทำความเข้าใจกับเขาต่อไป

สรุปว่าต้องมีความชัดเจนทั้งสองด้าน ถ้าทำอย่างนี้แล้วการทวนกระแสที่แท้จริงจึงจะเกิดขึ้นได้ ไม่ใช่เป็นเพียงไปด้านกระแส ผู้ที่ด้านกระแสนั้นต้องใช้กำลังมาก ด้านไปด้านมาตัวเองก็เหน็ดเหนื่อย ยิ่งถ้าตนเองก็ไม่ชัดเจนว่าจะมุ่งไปไหนแล้วก็จะมัวยุ่งอยู่กับการปะทะและเกิดผลเสียต่อทั้งสองฝ่าย แต่ถ้าเราทวนกระแสได้ดีด้วยความชัดเจนมั่นใจในแนวทางและจุดมุ่งหมายของตน ก็อาจจะนำทางให้คนที่อยู่ในกระแสนั้นเห็นตามและก็ดำเนินตามไปด้วยมาช่วยกันทวนกระแส อาจทำให้กระแสที่ทวนนี้กลายเป็นกระแสใหญ่ต่อไป เช่น ลำน้ำ ถ้าฝ่ายที่หลังไหลกลับขึ้นไปที่

มาก กระแสที่ทวนก็จะกลายเป็นกระแสหลักได้ แต่เราก็ไม่จำเป็นที่จะต้องไปหวังอย่างนั้น

ข้อสำคัญก็คือความชัดเจนเข้าใจและมั่นใจในแนวทาง และจุดหมายของตนเองนั่นแหละเป็นสิ่งสำคัญ ดังที่ท่านเรียกว่า ต้องทำด้วยปัญญา ซึ่งจะทำให้ศรัทธา คือความเชื่อ หรือความมั่นใจที่แท้จริงเกิดขึ้นได้ เมื่อเราทำโดยมีศรัทธาและปัญญาอย่างแท้จริงแล้วเราจะมีจิตเมตตากรุณาต่อผู้อื่นได้ด้วย ซึ่งเป็นเรื่องของ การปฏิบัติที่ถูกต้อง ที่มีผลดี ทั้งในแง่ของการปฏิบัติที่เรียกว่าทวน กระแส และผลดีด้านชีวิตจิตใจของตัวเราเอง และส่งผลไปยังสังคมด้วย

## ชีวิตแบบพุทธ เป็นแบบอย่างของชีวิตทวนกระแส

ในทางพระพุทธศาสนา การปฏิบัติธรรมก็เป็นเรื่องทวน กระแสอยู่ไม่น้อย การดำเนินชีวิตตามแบบพุทธนั้นเป็นชีวิตที่ทวน กระแส พระพุทธเจ้าตั้งพระพุทธศาสนาขึ้นทวนกระแสสังคมสมัย นั้น ซึ่งพระองค์ทรงเห็นว่าไม่ถูกต้อง อย่างที่เราเห็นชัดๆ เช่น กระแสความเชื่อและการปฏิบัติในเรื่องวรรณะ การยึดถือชาติ กำเนิดเป็นตัวกำหนดถึงความสูงต่ำของมนุษย์ กระแสการปฏิบัติ เกี่ยวกับเรื่องการบวชครองชีพบวชเฝ้าเจ้าให้ดลบันดาลอะไร ต่างๆ หรือการหวังพึ่งสิ่งศักดิ์สิทธิ์ มีการบูชาญและพิธีกรรม

ต่างๆ ที่ประดิษฐ์ปรุงแต่งขึ้นมาเพื่ออ้อนวอนเทพเจ้า สิ่งเหล่านี้พระพุทธรเจ้าได้ประสบแต่พระองค์ไม่เห็นด้วย จึงทรงมาแนะนำสั่งสอนประชาชนใหม่ และได้ตั้งคณะสงฆ์ขึ้นทำการชักชวนประชาชนให้ดำเนินชีวิต ซึ่งถือได้ว่าทวนกระแสในสมัยนั้น

การเป็นพระเป็นการทวนกระแสโดยภาวะเลยทีเดียว อย่างเช่นคนในโลกทั่วไปตกอยู่ในกระแสที่ท่านเรียกว่ากาม คือความหลงละเลิงเพลิดเพลินติดใจอยู่ในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส และสิ่งที่ทำให้ชื่นชม สบายใจถูกใจ มุ่งแต่จะเสพรสของอารมณ์ที่มากระทบตา หู จมูก ลิ้น คนเรามุ่งดำเนินชีวิต ทำกิจกรรมต่างๆ ทำความเพียรพยายามต่างๆ เพื่อหาสิ่งที่จะมาปรนเปรอบำรุงบำเรอตา หู จมูก ลิ้น กาย ของตน พระพุทธรเจ้าทรงสอนว่าการกระทำอย่างนี้ไม่ถูกต้อง เพราะทำให้มนุษย์มัวเมาและเป็นทาสของวัตถุ ไม่พัฒนาตนเอง และขัดขวางปิดบังการที่จะเข้าถึงสิ่งที่ดีงามที่สูงขึ้นไป เมื่อมัวแต่ต้องหาสิ่งต่างๆ ที่เป็นวัตถุนอกคือรูป เสียง กลิ่น รส เป็นต้น มาบำเรอตา หู จมูก ลิ้นของตน เราจะมีความสุขได้ก็ต่อเมื่อได้รับสิ่งเหล่านี้ ความสุขของเราขึ้นต่อสิ่งเหล่านี้ เราก็ตกเป็นทาสของวัตถุ ชีวิตของคนในแง่ส่วนตัวก็ไม่น่าเป็นอิสระ และในแง่สังคม เมื่อแต่ละคนมุ่งแต่หาสิ่งที่มาบำเรอตา หู จมูก ลิ้นของตัวเองให้มากที่สุด เพื่อจะมีความสุขให้เต็มที่ที่สุด ก็ทำให้ต้อง

เบียดเบียนกัน เพราะวัตถุมิจำกัด การเบียดเบียนแย่งชิงกัน ครอบงำกัน ข่มเหงกันก็เกิดขึ้น

อย่างไรก็ตาม วัตถุมิมีความจำเป็น โดยเฉพาะในแง่ปัจจัย ๔ สำหรับเลี้ยงชีวิต แต่เราต้องแยกให้ได้ว่า ในส่วนที่เป็นปัจจัยของชีวิตนั้นแค่ไหน และในส่วนที่เป็นเครื่องบำรุงบำเรอนั้นแค่ไหน มนุษย์เราจะมีทางมีความสุขหรือพบสิ่งที่ดีงามนอกเหนือจากนั้นไหม พระพุทธเจ้าตรัสว่า มนุษย์สามารถหาความสุขที่ประณีตกว่าการบำเรอตา หู จมูก ลิ้น กาย ความสุขแบบนั้น ท่านเรียกว่าเป็นความสุขที่ประณีตขึ้น ซึ่งมีลักษณะสำคัญคือเป็นอิสระ มนุษย์มีความสุขได้โดยลำพังตัวเองในใจและไม่ต้องขึ้นต่อวัตถุภายนอก หมายความว่าแม้วัตถุภายนอกนั้นไม่มีอยู่ เราก็มีความสุขได้ ข้อสำคัญก็คือมันเป็นความสุขพื้นฐานที่จะทำให้การแสวงหา หรือการเสพความสุขภายนอกเป็นไปอย่างพอดี อยู่ในขอบเขตที่สมดุล ทำให้มีความสุขแท้จริง และไม่เบียดเบียนกันในทางสังคม

## ชีวิตทวนกระแส ต้องมีความสุขและอิสรภาพเป็นฐาน

คนที่ทำจิตใจตัวเองให้มีความสุขได้ มีความสุขที่ท่านเรียกว่าทางจิตและทางปัญญา สามารถมีความสุขสงบในใจของตนเอง และมีความสุขได้ อย่างที่เรียกว่ามีสมาธิ หรือมีความสุขจากการรู้เท่าทันเข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลายเป็นความสุขทางปัญญา



เนื่องจากเห็นแจ้งความจริง เป็นความปลอดโปร่งโล่ง ไม่มีความติดขัดบีบคั้นใจ อันนี้เป็นความสุขภายในของบุคคล ถ้าคนมีความสุขประเภทนี้เป็นรากฐานอยู่ในตนเองแล้ว การหาความสุขทางวัตถุมาบำเรอตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็จะมีขอบเขต ท่านเรียกว่า *รู้จักประมาณ*

ถ้าเรามีความสุขข้างในแล้ว ความสุขที่ได้ข้างนอกก็เป็นความสุขที่เติมเข้ามา เป็นของแถม หรือกำไรพิเศษ และอิมอยู่เสมอ แต่ถ้าเราไม่มีความสุขในจิตใจ มีใจเร่าร้อนกระวนกระวาย หรือมีความเบื่อ มีความเครียด มีปัญหาอยู่ภายในใจของตนเองแล้ว พอหาวัตถุมาบำเรอตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็จะต้องมีปัญหาคือ หนึ่ง ไม่สามารถมีความสุขได้เต็มที่ สอง เมื่อทำโดยมีปมปัญหาในใจ ก็ทำอย่างไม่พอดี ทั้งทำให้เกิดปัญหารุนวาย และตัวเองก็ไม่ได้ความสุขจากภายนอกเต็มที่ด้วย และประการสำคัญก็คือ พอทำอะไรออกมาเพื่อหาความสุขเหล่านั้น ก็ทำให้เกิดการปะทะ กระแทบซึ่งกันและกัน ก็เลยกลายเป็นปัญหาสังคมขยายบานปลายออกไป

เป็นอันว่า ประการที่หนึ่ง มนุษย์ไม่จำเป็นต้องขึ้นต่อวัตถุภายนอกอย่างเดียว เราสามารถมีอิสรภาพของตนเองที่จะมีความสุขภายใน ประการที่สอง ความสุขภายในทางจิตใจและทางปัญญา กลับมาเป็นฐานที่จะทำให้ความสุขภายนอกที่มนุษย์แสวง

หานั้นเป็นความสุขที่ได้มามีในส่วนชีวิตของตน และไม่เกิดโทษในการเบียดเบียนกันในสังคมด้วย พระพุทธเจ้าก็จึงสอนให้มนุษย์มีดุลยภาพในเรื่องของความสุข

ความสุขทางด้านวัตถุที่บำรุงบำเรอ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ด้วยการเสพหรือบริโภคนั้น ท่านไม่ได้ปฏิเสธ ท่านยอมรับว่ามนุษย์ต้องอาศัยวัตถุภายนอก แต่พร้อมกันนั้นมนุษย์ก็จะต้องมีความสุขทางจิตใจและทางปัญญาเป็นฐาน การขึ้นต่อวัตถุหรือสิ่งภายนอกจะได้น้อยลง มนุษย์จะได้อยู่อย่างมีอิสรภาพมากขึ้น พอมนุษย์มีความสุขในตนเองได้ เขาก็ไม่ต้องอาศัยวัตถุภายนอกในการที่จะมีความสุขเสมอไป ทำให้ไม่เป็นทาสของวัตถุภายนอก จึงเป็นเรื่องของมนุษย์ที่จะต้องพัฒนาตนเอง การที่จะมีความสุขซึ่งเป็นรากฐานทางจิตใจและทางปัญญาได้ มนุษย์จะต้องพัฒนาตนเองขึ้นไป เมื่อพัฒนาตนเองขึ้นไปแล้ว เขาก็จะมีดุลยภาพในชีวิต มีความสุขที่เรียกว่าสมบูรณ์ เพราะครบทุกด้านหรือครบทุกระดับ มาดั่งมาดูลและเสริมเติมแก่กัน

ในชีวิตของมนุษย์ ความสุขเป็นเรื่องสำคัญ เราจะต้องยอมรับความจริง ถ้าเราจะมีชีวิตและชีวิตที่ทวนกระแส เราจะต้องให้ชีวิตที่ทวนกระแสของเรามีความสุขด้วย มิฉะนั้นแล้วการทวนกระแสนั้นจะไม่ยั่งยืน ชีวิตที่ไม่มีมีความสุขนั้นไม่ยั่งยืน เราอาจจะทนทำไปด้วยแรงพลุ่งหรือแรงกระทุ้งผลักดัน เช่นความยึดมั่นใน

อุดมการณ์ หรือความปลุกเร้าอะไรต่างๆ การทำด้วยแรงปลุกเร้านี้ ไม่ยั่งยืน มันจะอยู่ได้เพียงระยะหนึ่งถ้าไม่มีความสุขเป็นรากฐาน

ชีวิตที่ดั่งามยังยืนจะต้องมีความสุขอยู่ด้วย อย่างที่พระท่านเรียกว่าไร้ทุกข์ ซึ่งก็เป็นความหมายที่สมบูรณ์ของคำว่า สุข นั่นเอง นอกจากจะดั่งามแล้ว ก็มีความเป็นอิสระไม่ขึ้นต่อสิ่งภายนอกเป็นไทแก่ตัวเอง และมีความสุขด้วย ซึ่งทั้งหมดนี้ต้องอาศัยการมีปัญญาที่จะมองเห็นความจริง และคุณค่าของสิ่งทั้งหลายมากขึ้น ๆ เพราะฉะนั้นในการที่มนุษย์จะพัฒนาขึ้นมาให้มีความสมบูรณ์นั้น องค์ประกอบที่สำคัญก็คือการพัฒนาปัญญาของตนเอง ฉะนั้นจุดเริ่มต้นหรือฐานของเรา จึงได้แก่การที่ต้องมีปัญญา

## ทวนกระแสร้ายไม่ไหว ถ้าลึกลงไปไม่ทวนกระแสกาม

ปัญญาเบื้องต้นก็คือปัญญาที่เข้าใจแนวทางชีวิตที่เราเรียกว่าทวนกระแส นั่นว่ามันคืออะไร และเข้าใจจุดมุ่งหมายว่าเพื่ออะไร ประการที่สอง เข้าใจกระแสที่เราไปทวนว่ามันมีข้อดีข้อเสียอย่างไร จุดไหนที่เสีย ที่เป็นเหตุให้เราจะต้องมาทวนกระแส เข้าใจมันตามความเป็นจริง และเข้าใจคนทั้งหลายที่อยู่ในกระแสนั้น ซึ่งบางทีก็เป็นเพราะเขาขาดความรู้ความเข้าใจอย่างที่ท่านพระเรียกว่า เป็นผู้มีได้สดับ คือไม่เคยได้เรียนรู้ ไม่เคยมีใครมาแนะนำเขา ไม่เข้าใจ ไม่รู้ทางออก ไม่รู้โทษของสิ่งที่เขาทำอยู่ เราต้องเข้าใจเขาตาม

ความเป็นจริง ต้องเข้าใจคนที่อยู่ในกระแสนั้น เราจะได้เห็นใจ และ  
รู้แนวทางที่จะปฏิบัติต่อเขา เพื่อจะช่วยแก้ไขด้วยความเมตตา  
กรุณาต่อไป

ชีวิตของมนุษย์โดยทั่วไปในกระแสใหญ่ซึ่งไม่เฉพาะ แต่  
กาลสมัยอันใดอันหนึ่งนั้น เป็นเรื่องของการตกอยู่ในกระแสของ  
กาม อย่างเช่นในสมัยของพระพุทธเจ้า กระแสที่เป็นอยู่ ซึ่งเป็นไป  
ตามคติความเชื่อของสังคมสมัยนั้น ก็คือกระแสของความเชื่อถือ  
การปฏิบัติและดำเนินชีวิตตามค่านิยมที่รอผลแห่งความปรารถนา  
ด้วยการสวดอ้อนวอนหวังการดลบันดาลของเทพเจ้า มีการบวง  
สรวงบูชาัญญ การถือเรื่องวรรณะ แต่พร้อมกันนั้น อีกกระแสหนึ่ง  
ซึ่งลึกกว่านั้นก็คือ กระแสของกามที่ครอบงำมนุษย์ ไม่เฉพาะยุค  
นั้นสมัยนั้น

สำหรับกระแสเรื่องวรรณะ เรื่องการดลบันดาล อาจจะเป็น  
เรื่องของยุคสมัย แต่อีกด้านหนึ่งที่ลึกลงไป คือกระแสของชีวิต  
มนุษย์ทั่วไปที่โดยปกติจะอยู่ใต้อำนาจครอบงำของกาม ของวัตถุ  
ภายนอก ต้องฝากความสุขของตนไว้กับวัตถุภายนอกที่เอามา  
บำรุงบำเรอ คนแบ่งแยกก็ติดกันวรรณะกันก็เพราะหวงกามและแย่ง  
กาม อ้อนวอนหวังผลจากการดลบันดาลก็เพื่อจะได้กาม พระพุทธ  
เจ้าทรงทวนกระแสทั้งสองกระแส ทั้งกระแสสังคมที่มีการปฏิบัติ  
เกี่ยวกับเรื่องวรรณะ เรื่องการบวงสรวงอ้อนวอนสิ่งศักดิ์สิทธิ์ หวัง

การดลบันดาลของเทพเจ้า และทวนกระแสการที่ครอบงำกระแสชีวิตมนุษย์

คำว่า *กระแสการ* ในที่นี้ ในสมัยใหม่นี้อาจไม่สบายใจ ต้องใช้ว่า*กระแสวัตถุนิยม* คือการที่ต้องเอาชีวิตไปขึ้นกับวัตถุภายนอกในการที่จะมีความสุข นี่เป็นกระแสธรรมชาติของมนุษย์ทุกยุคทุกสมัย เราเรียกว่าเป็นเรื่องธรรมชาติของมนุษย์ในเมื่อยังไม่พัฒนาตน เพราะเป็นธรรมชาติของมนุษย์ว่าเบื้องต้นเขาจะต้องหาความสุขจากตา หู จมูก ลิ้น ที่จะได้รับได้เสพลิงที่ทำให้สบายขึ้น มีน แต่อย่างที่บอกแล้วว่า การหาความสุขจากสิ่งเหล่านี้มีโทษ ทำให้ชีวิตตนเองก็ไม่เป็นอิสระ กลายเป็นอยู่อย่างปราศจากสิ่งเหล่านั้นไม่ได้ มีความสุขด้วยตนเองไม่ได้ และเกิดการเบียดเบียนกันในสังคม

เมื่อมนุษย์พัฒนาตนเองขึ้นมาและเมื่อเขารู้จักความสุขที่ประณีตแล้วก็จะเกิดดุลยภาพในชีวิตขึ้น แล้วความสุขที่ประณีตนั้นก็กลับมาเป็นฐานในการแสวงหาความสุขจากวัตถุให้เป็นไปอย่างพอดี อย่างมีขอบเขตและได้ผลอย่างเต็มที่ และในทางสังคมก็ทำให้ไม่เบียดเบียนกัน แต่เกื้อกูลกันด้วย เราไม่ได้ไปต่อต้านหรือไปคัดค้านวัตถุนิยมโดยสิ้นเชิง ไม่ใช่ไปสุดทางตรงข้าม แต่คำว่า วัตถุนิยมที่กลายเป็นว่าไปนิยมวัตถุนั้นไม่ถูกต้อง แต่เราจะบอกว่าชีวิตไม่อาศัยวัตถุเลยก็ไม่ถูกต้องเหมือนกัน

เราต้องยอมรับความจริง ความพอดี คือการรู้จักประมาณ ตามดุลยภาพเป็นสิ่งที่สำคัญ ชีวิตของมนุษย์ต้องการความดีงามที่ถูกต้องตามแนวทางที่พระพุทธเจ้าสอน ซึ่งเป็นธรรม เป็นความถูกต้อง อย่างที่บอกว่า เป็นชีวิตทวนกระแสในทางสังคมและในเวลาเดียวกันนั้นอีกประการหนึ่ง ก็เป็นการทวนกระแสของธรรมชาติขั้นต่ำ คือธรรมชาติของมนุษย์ที่ยังไม่พัฒนา อันนี้ก็ทวนกระแสเหมือนกัน คือการฝึกฝนและพัฒนาตนอยู่เสมอ เพื่อที่จะมีจิตใจที่พัฒนาและมีปัญญายิ่งขึ้น จนสามารถมีความสุขอย่างเป็นอิสระ

## ทวนกระแสสังคมได้สำเร็จ

### เมื่อมีกระแสการพัฒนาตัวเองอยู่ข้างใน

เพราะฉะนั้น ชีวิตของชาวพุทธจะมีลักษณะที่ทวนกระแส เช่นอย่างพระสงฆ์ แทนที่จะมุ่งไปหาวัตถุบำรุงบำเรอ เพื่อเสพความสุขจากสิ่งเหล่านี้ ก็กลับเป็นว่าทั้งที่มีชีวิตเรียบง่าย อาศัยวัตถุแต่น้อย ก็มีความสุขได้ เป็นการทดสอบตนเอง และฝึกตนเองตลอดเวลา

ดังเช่นข้อปฏิบัติที่เรียกว่า ศีล นั้นก็เป็นเรื่องของการฝึกตนขั้นแรกก็มีความมุ่งหมายให้ไม่เบียดเบียนกันในสังคม แต่ยอมรับว่า มนุษย์ต้องการวัตถุมาบำรุงบำเรอ ตา หู จมูก ลิ้น กาย จะต้อง

มีความสุขจากการเสพหรือบริโภคสิ่งเหล่านี้ก่อน ตอนแรกท่านยอมรับ แต่เพื่อให้มีขอบเขตในการหาสิ่งมาเสพสวดย สมองตา หู จมูก ลิ่นนั้นโดยไม่เบียดเบียนกัน ไม่ละเมิดสิทธิของกันและกัน ท่านก็จึงให้ศิลปินตั้งต้นเรียกว่า ศิลหำ เป็นการประนีประนอมผลประโยชน์หรือการหาและเสพสุขระหว่างตนเองกับคนอื่นในสังคม ท่านยอมรับในเบื้องต้นว่า มนุษย์ทั่วไป เมื่อธรรมชาติของเขายังไม่พัฒนาก็ต้องเป็นเช่นนั้น หากความสุขได้แค่นั้น แต่การที่เขาแต่ละคนจะได้ความสุขกันสมหวังนั้นเขาจะต้องไม่เบียดเบียนกัน ไม่แย่งชิงข่มเหงกันก่อน และเคารพสิทธิของกันและกัน

ขั้นที่สองท่านให้ศิลปินเพิ่มขึ้น ขอยกตัวอย่างเพียงเรื่องศิลปะเพิ่มขึ้น อย่างที่เราเรียกว่าศิลปะแปด

ศิลปะแปด นี้เพื่ออะไร ถ้าดูให้ดีจะเห็นว่า อ้อ! ไม่มีอะไร ท่านเริ่มให้คนเราฝึกฝนตนเอง ให้พัฒนาตนในทางที่จะเป็นอิสระมากขึ้น ให้ลองดูว่า ถ้าเราไม่ต้องอาศัยวัตถุมากนัก เราจะมีชีวิตที่ดีและมีความสุขได้ไหม ให้พยายามมีความสุขได้โดยไม่ขึ้นกับวัตถุนัก เราเคยหาความสุขจากการที่ต้องกินเข้าไป บริโภคให้มาก จึงมีความสุข ท่านก็บอกให้ลองคิดข้อที่หกเพิ่มเข้ามา

ศิลปะข้อที่หก วิกาลโภชนา เวรมณี เว้นอาหารในเวลาวิกาล ลองควบคุม ลองจำกัดอาหาร ภายในขอบเขตของเวลา เพื่อสุขภาพ กินเพื่อคุณค่าแท้ ไม่มุงในแง่บำเรอปาก เอร่สบำเรอลิ้น กิน

อาหารเพียงมือเดียวหรือสองมือ หรือภายในเวลาเพียง ต่อจากนั้น ไม่กิน จำกัดตนในเรื่องอาหาร ลองฝึกโดยให้ความสุขไม่ต้องขึ้นต่อการที่จะกินอาหารอร่อยๆ อย่างปล่อยใจตามสบาย ทำได้ไหม

ข้อต่อไป เราเคยมีความสุขจากการที่ต้องมีดนตรี ฟ้อนรำ ขับร้อง ตกแต่งประดับตัว ทีนี้เอาใหม่ลองไม่ทำสิ่งเหล่านี้ เราจะมีสุขได้ไหม ลองพัฒนาตัวเอง ฝึกตัวเอง ทดสอบตัวเอง

ข้อต่อไป เคยนอนห้องสบาย ต้องมีพูกพูนุ่มหนาปรนเปรอตัวเองให้สัมผัสสบาย คราวนี้ลองนอนกับพื้น นอนบนกระดาน อย่างพอสบายชนิดที่เป็นธรรมชาติ แล้วอยู่ดีได้ไหม มีความสุขไหม

นี่เป็นตัวอย่าง นี่เป็นเรื่องพื้นๆ ท่านให้ศิลปแปดมาเพื่อฝึกให้เราทดสอบตนเองและพัฒนาตัวเองไปด้วย ว่าเราจะมีชีวิตที่เป็นอิสระจากวัตถุเพิ่มขึ้นได้ไหม ความสุขของเราไม่ต้องเกิดจากการหาวัตถุมาปรนเปรอได้ไหม ขึ้นต่อวัตถุน้อยลงได้ไหม เป็นการฝึกท่านไม่ได้มุ่งให้ไปทรมานตัวเอง

เราจะเห็นว่า เมื่อทำได้ ศิลปะแปดจะทำให้ปลอดโปร่ง เบาสบายและทำอะไรได้มากขึ้น เพราะเราไม่ต้องมัววุ่นวายกับวัตถุ ตัดกังวลไปได้มากมาย พร้อมกับการที่ชีวิตขึ้นกับวัตถุภายนอกน้อยลง เราก็ฝึกทางด้านจิตปัญญาไปด้วยพอเราฝึกทางด้านจิตปัญญาให้จิตใจมีความสุขได้ มีความรู้ความเข้าใจสิ่งต่างๆ แทนที่จะไปใช้เวลาและพลังงานเสียแรงงานกับเรื่องที่จะปรนเปรอตัว



เรา ก็กลับมีเวลาและแรงงานที่จะฝึกฝนจิตปัญญามากขึ้น และจิตปัญญาที่พัฒนาขึ้นมานั้นก็กลับมาเกื้อกูล ทำให้ได้ความสุขอย่างใหม่ที่ประณีตมากขึ้น อันนี้ก็คือเรื่องของศีล ดังเช่นที่ยกตัวอย่างศีลแปดมาซึ่งเป็นทั้งการฝึกฝนใจ และสร้างความเป็นอิสระจากวัตถุให้มากขึ้น พร้อมกันนั้นก็สามารใช้เวลาและแรงงานไปในการพัฒนาตนด้านจิตปัญญายังขึ้นไปอีก นี่เป็นตัวอย่างชีวิตทวนกระแส

## ทวนกระแสสังคมได้

### เมื่อไม่ต้องทวนกระแสใจของตนเอง

ชีวิตทวนกระแสที่เรามีความมั่นใจในแนวทางอย่างนี้ แม้ว่าจะคนภายนอกจะเห็นว่าเป็นทุกข์ลำบาก เราก็มั่นคง เพราะเรามีความชัดเจนกับตนเอง เรามีความสุข ไม่มีความขัดแย้งในตัวเอง

ว่าที่จริง การกินแค่ภายในเวลาที่เรียกว่า กาละ ไม่กินในเวลาวิกาล ซึ่งเป็นการจำกัดเวลา หลังเที่ยงไม่กินเป็นต้นนี้ ถ้าพิจารณาให้ดีจะเห็นว่า มันให้ผลดี ไม่เสียสุขภาพ และการจำกัดในเรื่องของวัตถุบำรุงบำเรอ แม้แต่ที่นอนก็เช่นเดียวกัน

คนที่เข้าสู่กระแสนี้ หรือเดินในแนวทางนี้ เมื่อพัฒนาปัญญาขึ้นมาด้วย และมองเห็นว่าเป็นการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง เป็นการฝึกตนเองถูกต้อง ก็สามารถพูดกับตนเองได้เต็มปากว่า

ข้าพเจ้ามีความสุข ถ้าจะเทียบกับอาจุพุดได้ว่า สามารถมีความสุขกว่าคนที่ไปตามหาวัตถุเหล่านั้นอย่างเต็มที่ด้วยซ้ำไป เพราะแบบหลังนั้นเป็นการหาความสุขชนิดที่ทำให้เกิดปัญหาทั้งจิตใจตนเองและสังคมมากมาย

ฉะนั้น คนที่ดำเนินชีวิตทวนกระแสนี้ต้องมองหลายระดับ อย่างน้อยก็ ๒ ระดับ คือ

๑. ในระดับสังคม มองว่าในท่ามกลางสภาพของสังคมปัจจุบัน กระแสที่เป็นอยู่นั้นเป็นอย่างไร มีคุณโทษข้อดีข้อเสียอะไร ด้วยเหตุผลอย่างไร และกระแสที่เราจะไปร่วมนั้นเมื่อเทียบกับกันแล้วเป็นอย่างไร เราต้องเข้าใจตามความเป็นจริง เพื่อให้มีความมั่นใจ ในแนวทางที่เราคิดว่าถูกต้องดีงาม ที่จะดำเนินไป
๒. ในระดับที่เป็นรากฐานกว่านั้น ภายใต้กระแสที่ปรากฏมองดูที่แก่นแท้แห่งความปรารถนาของชีวิต ในการจะทำให้ชีวิตทวนกระแสในระดับ สังคมนั้นเป็นไปได้ดีเมื่อจะดำรงชีวิตที่ต่างออกไป เช่นมีความเรียบง่าย นอกจากการกระทำของเราจะมีหลัก มีความถูกต้อง มีความดีงามแล้ว เรามีความพึงพอใจ จิตใจของเราเป็นสุขในสภาพชีวิตนั้นด้วย เป็นพื้นฐาน ซึ่งจะทำให้ยั่งยืนเพราะเกิดความมั่นใจที่จะดำเนินตาม

ในพระพุทธศาสนานี้ การเข้ามาปฏิบัติตามธรรม เป็นชีวิตที่ทวนกระแสสังคมในสมัยนั้น ทวนกระแสโลกของมนุษย์ทั่วไปที่เขาเข้าใจว่าดีที่สุขเป็นอย่างไร โดยที่ท่านยืนยันตัวเองได้ว่าท่านมีชีวิตที่ดีงามและมีความสุขอย่างแท้จริง บางท่านถึงกับอุทานออกมาว่า สุขจริงหนอ สุขจริงหนอ อะไรทำนองนี้

ถ้าทำได้ตามนี้แล้ว ชีวิตส่วนตนก็มีความสุข และเราก็สามารถทำสิ่งที่เรียกว่าเป็นการบำเพ็ญประโยชน์แก่สังคมไปด้วย ชีวิตทวนกระแสก็จะเป็นเพียงอาการภายนอกที่ปรากฏ แต่ภายในตัวเรา มันเป็นกระแสที่เป็นไปเองของตัวเราที่เราไม่ต้องไปทวนเลย ตอนแรกเราอาจจะทวนเพื่อการฝึกหัด เพราะรู้สึกว่ามันไปทวนกระแสกิเลสเข้านั่นเอง เพราะในใจของเรายังมีกระแสหนึ่งคือ กระแสกิเลส และที่เราไปทวนกระแสนั้น ถ้าทวนไม่เป็น ก็มีอาการเหมือนกับต้าน ถ้าเราไม่มีแนวทางเราไปต้านเฉยๆ เราก็แย่

อย่างที่บอกแล้วว่า คนที่มีชีวิตทวนกระแสอย่างถูกต้อง จะต้องมีความรู้และจุดหมายที่ชัดเจน และเราจะมุ่งไปในแนวทางนั้นอย่างสอดคล้องกับความเข้าใจความจริงและความปรารถนาที่แท้จริงของชีวิตจิตใจ จนกระทั่งว่า ที่ทวนกระแสนั้นกลายเป็นเพียงอาการที่เขารู้ว่ากัน แต่ในใจที่แท้จริงชีวิตของเราไม่ได้ทวนเลย เพราะมันเป็นความสละสลวยสบายสำหรับเรา เป็นความดีงาม เป็นความสุข เป็นการกระทำที่เราทำได้เป็นอัตโนมัติของเราเอง

เมื่อเราไปถึงขั้นนี้แล้วมันจะเป็นชีวิตทวนกระแสที่สมบูรณ์ โดยไม่ต้องทวน ซึ่งเป็นไปโดยตัวของเราเอง อันนี้จึงจะเป็นความสำเร็จที่จะมีผลออกมา ผลตอนแรกก็คือผลต่อชีวิตของตนเองเป็น พยานยืนยันตัวเอง แล้วแผ่ผลออกมาสู่สังคมภายนอก อย่างนี้ก็จะ เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขของมนุษย์เริ่มจากตนเองเป็นต้นไป อย่าง น้อยก็จะเป็นแบบอย่างที่ดีที่งามที่ประเสริฐ มีคุณค่า เป็นประโยชน์ เป็นทางที่จะขยายกระแสใหม่ออกไป

สรุปแล้วต้องมีทั้งปัญญา ความดีงาม ความเป็นอิสระ พร้อมทั้งความสุข เป็นแนวทางทวนกระแสที่มีคุณสมบัติพร้อม บริบูรณ์ จนกระทั่งไม่ต้องทวนกระแส

หลักที่กล่าวมานี้คิดว่าจะเป็นการเสริมประโยชน์ เสริม ปัญญา ช่วยให้ชีวิตทวนกระแสของแต่ละคนประกอบด้วย ความ มั่นใจยิ่งขึ้น มีความชัดเจนยิ่งขึ้น และมีผลสำเร็จยิ่งขึ้น ขอให้ผลดี เหล่านี้จึงเกิดขึ้นสมดังความมุ่งมาดปรารถนา

อาตมาก็ขออาราธนาคุณพระรัตนตรัย โดยเฉพาะคุณพระ รัตนตรัยที่แท้คือ ตัวคุณพระที่เกิดขึ้นในใจจากการปฏิบัติของท่าน นั่นเอง ได้อภิบาลรักษาคุ่มครองทุกท่านให้มีความเจริญก้าวหน้า ออกงามในชีวิตที่ดี ซึ่งมีความมั่นใจนี้แล้ว และจงประสบ ความร่มเย็นเป็นสุขในธรรมตลอดกาลนาน